

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kegiatan Ekstrakurikuler

2.1.1 Definisi Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan akademik atau non-akademik yang berada dalam naungan institusi atau sekolah, dilakukan di luar waktu kelas pembelajaran, dan bukan bagian dari kurikulum (Bartkus *et al.*, 2012).

2.1.2 Jenis-jenis kegiatan ekstrakurikuler

Bartkus *et al.* (2012) mengklasifikasikan kegiatan ekstrakurikuler berdasarkan keterkaitan dengan akademik yaitu direk dan indirek. Kegiatan ekstrakurikuler direk merupakan kegiatan yang berkaitan erat dengan jurusan atau kurikulum, sedangkan indirek atau tidak langsung yaitu kegiatan yang relatif tidak berhubungan dengan jurusan atau kurikulum. Studi yang berasal dari *Michigan Study of Adolescent Life Transitions* (MSALT) mengelompokkan kegiatan ekstrakurikuler sebagai berikut (Eccles *et al.*, 2003).

1. Kegiatan pro sosial seperti kegiatan sukarela dan pengabdian masyarakat
2. Kegiatan pertunjukkan seni, yaitu bermusik, drama, dan atau seni tari
3. Kegiatan olahraga
4. Kegiatan pemerintahan siswa/mahasiswa
5. Kegiatan klub akademik seperti debat, klub bahasa asing, pameran sains, dll.

Kegiatan ekstrakurikuler atau organisasi yang terdapat di FK UMM meliputi:

- Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) FK UMM : lembaga eksekutif yang berfungsi sebagai pelaksanaan aspirasi mahasiswa FK UMM
- Senat FK UMM : disingkat SEFA FK UMM adalah badan non struktural unsur kelengkapan lembaga kemahasiswaan tertinggi di tingkat Fakultas Kedokteran UMM yang bergerak dalam bidang legislatif, monitoring dan aspirasi.
- *Scientific Medico* (SM) : lembaga yang bergerak dalam bidang kepenulisan dan memfasilitasi mahasiswa yang gemar menulis dan menuangkan melalui sebuah karya ilmiah.
- Forum Kajian Islam Ibnu Sina *Medical Association* (FKI-ISMA) : lembaga yang bergerak dibidang sosial agama dan dakwah islam di lingkungan masyarakat dan FK UMM
- *Medical Volley Ball of Muhammadiyah* (MVBM) : lembaga yang bergerak di bidang olahraga bola voli.
- *Rhythm of Medico* (ROM) : lembaga yang mewadahi mahasiswa FKUMM untuk bermusik dan bernyanyi
- *Medical Basket Ball Community* (MBC) : lembaga yang bergerak di bidang olahraga bola basket.
- *Asian Medical Students' Association* (AMSA)
- *Volks Medico* (VM) : ekstrakurikuler jurnalistik
- Tim Bantuan Medis Mahasiswa Nurul Qolbi (TBMM) : organisasi yang bergerak dibidang kedokteran, sosial dan kepenelitian. Kegiatan ini aktif

dalam pengabdian masyarakat dan mengadakan pendidikan serta pelatihan untuk mempersiapkan sebagai tenaga medis yang berdedikasi.

- *Community of Futsal Medico* (COMED) : olahraga futsal
- Klub Badminton Kedokteran (KEBAB) : lembaga yang bergerak di bidang olahraga bulu tangkis.
- *Obscura Medico* : lembaga semi otonom yang mewadahi mahasiswa FK UMM mengekspresikan dan menyalurkan minat bakat bidang fotografi dan sinematografi.
- *Medical United Dance Club* (MUDC) : lembaga yang bergerak di bidang seni tari tradisional dan atau tari modern.

2.1.4 Dampak Kegiatan Ekstrakurikuler Bagi Mahasiswa Kedokteran

Pentingnya kegiatan ekstrakurikuler ditekankan dalam pendidikan kedokteran karena dapat mengembangkan pribadi di luar pengembangan kurikulum. Kegiatan ekstrakurikuler ini juga memberikan peluang untuk berkembang bagi mahasiswa kedokteran (Kim *et al.*, 2023). Sekitar lebih dari 60% mahasiswa kedokteran berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler dan menghabiskan waktu sekitar 9,8 jam setiap minggunya (Almasry *et al.*, 2017; Lumley *et al.*, 2015). Kegiatan ini dapat meningkatkan kesehatan emosional dan fisik mahasiswa kedokteran salah satunya, yaitu mengurangi stres akibat beban akademik. Selain itu, mahasiswa kedokteran yang mengikuti kegiatan ini dapat membangun hubungan sosial interpersonal dan meningkatkan harga diri (Kim *et*

al., 2023). Dampak kegiatan ekstrakurikuler dapat diamati pada berbagai bidang sebagai berikut.

1. Akademik

Hasil akademik dibagi menjadi tiga kategori yaitu pengetahuan, keterampilan dan sikap. Pengetahuan akademik dapat diukur dengan berdasarkan nilai ujian, nilai rata-rata mata kuliah, menggunakan indeks prestasi kumulatif (IPK) atau peringkat prestasi. Beberapa peneliti akan memberikan tes pengetahuan topik tertentu untuk mengukur kemampuan akademik mahasiswa dan menemukan hubungan positif antara hasil akademik dengan partisipasi kegiatan ekstrakurikuler. Hasil akademik berupa keterampilan atau *skill* dapat dinilai dengan praktik langsung dalam program kegiatan ekstrakurikuler yang dapat membantu meningkatkan penalaran prosedur keterampilan dan diagnostik. Selain kedua hal di atas, kegiatan ekstrakurikuler juga dapat memberikan dampak terhadap sikap mahasiswa kedokteran yaitu meningkatkan kepercayaan diri dan keyakinan terhadap keterampilan klinis seseorang (Kim *et al.*, 2023).

2. Ilmu sistem kesehatan

Ilmu sistem kesehatan merupakan bidang yang mendalami pelayanan kesehatan dan berfokus pada perawatan pasien. Sistem kesehatan dapat ditingkatkan melalui meningkatkan kualitas mahasiswa yang memiliki sikap positif dan pengetahuan yang luas (Kim *et al.*, 2023).

3. Psikologis

Beberapa penelitian telah melakukan survei mengenai dampak psikologis mahasiswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler lebih

umum memberikan dampak yang positif dan memberikan pengalaman kegiatan non-akademik yang menjadi strategi dalam mengelola stress dan kesehatan mental. Dampak negatif yang dapat muncul, yaitu berupa stres, kelelahan, cemas, dan agresi, sedangkan dampak positif yang didapat dari partisipasi kegiatan ekstrakurikuler adalah meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan adaptasi dan mendapat keseimbangan hidup (Kim *et al.*, 2023; Almalki *et al.*, 2017).

Stres merupakan hubungan tertentu antara seseorang dengan lingkungan yang dinilai berdasarkan membebani, melampaui sumber daya dan membahayakan kesejahteraan seseorang. Kondisi stres dapat muncul pada mahasiswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karena berhubungan dengan tanggung jawab dan meningkatnya konsumsi waktu mengikuti kegiatan. Selain stres, kondisi *burnout* juga menjadi dampak negatif bagi mahasiswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yaitu diartikan mencakup kelelahan, emosional, depersonalisasi, dan berkurangnya perasaan pencapaian pribadi (Fares *et al.*, 2016).

4. Kemampuan kerja tim dan komunikasi

Seorang dokter perlu berkolaborasi dengan profesional lainnya untuk merawat pasien sehingga mahasiswa kedokteran perlu dibekali dan mengembangkan keterampilan komunikasi dan kerja sama tim. Mahasiswa kedokteran yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler juga dapat mengembangkan jiwa kepemimpinan, pola pikir kritis, kepercayaan diri sosial dan persepsi positif untuk bekerja sama dalam tim (Kim *et al.*, 2023; Almalki *et al.*, 2017).

5. Kompetensi dan penelitian

Partisipasi kegiatan ekstrakurikuler terkait bidang penelitian dapat meningkatkan antusias dan minat mahasiswa kedokteran dalam menerbitkan jurnal atau makalah. Keterlibatan dalam membuat suatu penelitian merupakan hal baik dalam pendidikan profesional kesehatan dan mengembangkan kompetensi dokter yang berbasis bukti ilmiah. Rata-rata mahasiswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler penelitian dan pengajaran memiliki capaian akademik yang lebih tinggi (Kim *et al.*, 2023; Almalki *et al.*, 2017).

6. Perkembangan karir

Seseorang yang terpapar pada bidang tertentu akan membantu mengembangkan sikap positif dan memperdalam pengetahuan terkait spesialisasi bidang tersebut dan berkontribusi dalam pengembangan profesionalisme (Kim *et al.*, 2023).

Kegiatan ekstrakurikuler berupa seni musik dan olahraga atau aktivitas fisik mempunyai hubungan yang signifikan dalam menurunkan stress dan *burnout*. Namun, kegiatan tersebut dapat menurunkan efikasi dalam pencapaian akademik. Musik akan memberikan pereda stress, kelelahan dan melepaskan perasaan sedih. Musik mempunyai efek langsung terhadap sistem saraf otonom dan mempunyai efek positif terhadap *mood* seseorang. Aktivitas fisik juga akan menurunkan sensitivitas kecemasan dan menurunkan tingkat depresi. Kegiatan ekstrakurikuler seperti aktivitas sosial dan sukarelawan dapat menyebabkan seseorang mengabaikan kesejahteraan sosialnya, membutuhkan energi, dan waktu yang akan berkaitan dengan stres dan kelelahan (Fares *et al.*, 2016).

2.1.4 Dampak Keaktifan Kegiatan Organisasi

Melalui kegiatan yang diikuti melalui organisasi, mahasiswa dapat memperoleh teman yang dapat memberikan motivasi belajar, memperluas pengetahuan mereka, serta membangun jaringan yang lebih luas. Partisipasi aktif dalam organisasi juga memiliki dampak pada pencapaian akademis. Mahasiswa yang berpartisipasi aktif dalam organisasi cenderung memiliki indeks prestasi yang lebih tinggi, terutama jika mereka terampil dalam manajemen waktu dan kemampuan menentukan prioritas (Susanti, 2020).

Makna keaktifan secara frekuensi dapat dideskripsikan dengan keikutsertaan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler terbagi menjadi tiga (3), yaitu jarang, sering, dan sangat sering. Kategori jarang apabila mengikuti kegiatan 1 kali dalam sebulan, sedangkan sering apabila didapatkan 2-5 kali kegiatan setiap bulan, dan dikatakan sering apabila lebih dari 5 kali dalam sebulan (Ramadani, 2014).

Menurut penelitian Solihat (2019) tentang hubungan keaktifan berorganisasi dan motivasi belajar dengan IPK pada 100 mahasiswa angkatan 2016 fakultas kedokteran Universitas Sam Ratulangi didapatkan hubungan yang signifikan ($p=0,001$). Menurut penelitian Alfira & Sulistiawati (2023) tentang hubungan keaktifan berorganisasi dengan IPK mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara Angkatan 2019 didapatkan hasil yang signifikan diantara keduanya. Kemudian menurut penelitian Efendi (2020) dengan judul Hubungan Keaktifan Berorganisasi Pada Mahasiswa Angkatan Tahun 2013 di FK Universitas Lampung dapat disimpulkan bahwa nilai IPK yang lebih tinggi pada mahasiswa yang lebih aktif berorganisasi dibanding dengan IPK yang lebih rendah pada mahasiswa yang kurang aktif berorganisasi.

Penelitian Pratiwi (2016) terdiri atas 13 butir pertanyaan yang telah teruji validitas dan reabilitas terkait hubungan keaktifan ekstrakurikuler dengan nilai IPK. Kuisioner tersebut terdiri atas komitmen, tanggung jawab, kemampuan beradaptasi dan ambisi untuk maju. Indikator tersebut disusun dalam bentuk pertanyaan positif dan negatif guna memudahkan penilaian tingkat keaktifan berorganisasi mahasiswa yang terlampir

2.2 Prestasi Akademik

2.2.1 Definisi Prestasi Akademik

Prestasi akademik merupakan hasil dan bentuk dari lingkungan kompleks atau aspek-aspek yang mengelilingi seorang mahasiswa. Prestasi akademik merupakan prestasi yang dicapai seseorang dalam pendidikan melalui proses pembelajaran (Trucchia *et al.*, 2013). Nilai yang diperoleh dan nilai rata-rata digunakan sebagai ukuran keberhasilan akademik di banyak negara salah satunya Amerika Serikat (Reuter & Forster, 2021).

Keberhasilan akademik tersebut dapat diukur dengan menggunakan IPK. Indeks prestasi adalah nilai akhir yang diperoleh berupa besaran angka dan menggambarkan keberhasilan proses belajar seorang mahasiswa. Semakin tinggi IPK yang diperoleh seorang mahasiswa dapat diartikan bahwa mahasiswa tersebut mempunyai kemampuan kognitif yang baik (Husna & Jumino, 2022).

Predikat kelulusan yang ditetapkan oleh FK UMM dinyatakan berdasarkan IPK dan waktu selesai studi. Mahasiswa program sarjana yang memiliki IPK 2,00-2,75 mendapatkan predikat “memuaskan”, IPK 2,76-3,50 mendapat predikat “sangat memuaskan”, dan IPK 3,51-4,00 mendapat predikat “dengan pujian” dengan syarat menyelesaikan studi dalam kurun waktu ≤ 8 semester.

2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Akademik

Faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi akademik dibagi menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan faktor dalam lingkup aspek fisik berupa kesehatan tubuh, tingkat kecerdasan atau kognitif, psikis, emosi, motivasi, kemampuan adaptasi dan sosialisasi. Sedangkan pada faktor eksternal atau faktor

luar diri mahasiswa terdiri dari faktor keluarga, fasilitas tempat belajar, suasana belajar, iklim dan cuaca serta budaya belajar (Hendikawati, 2011).

- Faktor internal

Faktor psikologis seperti kecemasan dan kemampuan adaptasi merupakan faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik karena adanya tekanan lingkungan dan emosional (Trucchia *et al.*, 2013). Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa secara positif dan negatif. Hal ini penting diketahui karena merupakan informasi yang dapat digunakan untuk mendidik mahasiswa agar memaksimalkan pilihan kearah yang positif (Reuter & Forster, 2021).

Penelitian Reuter & Forster (2021) juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang mempunyai pola hidup sehat dengan mengonsumsi sayur dan buah, tidur cukup, mempunyai kebiasaan sarapan, dan olahraga rutin dapat meningkatkan IPK, sedangkan mahasiswa yang merokok, mengonsumsi alkohol dan sering begadang menunjukkan hasil yang negatif terhadap prestasi akademik. Tidur mempunyai manfaat baik terhadap fungsi kognitif, memori, kemampuan dalam mengambil keputusan dan kemampuan belajar.

Latar belakang ekonomi keluarga mahasiswa memiliki dampak pada perilaku konsumsi mereka. Pada umumnya mahasiswa yang berasal dari keluarga dengan perekonomian menengah ke atas akan memiliki pengeluaran lebih banyak dibandingkan mahasiswa yang berasal dari keluarga menengah ke bawah. Suatu studi pada mahasiswa di Bangladesh menunjukkan bahwa uang saku atau pendapatan bulanan dari keluarga didapatkan adanya hubungan positif antara

pengeluaran konsumsi per mahasiswa dan prestasi akademik Mahasiswa. Pengeluaran non rutin yang mendukung kegiatan akademis seperti pembelian buku, *photo copy*, pembelian alat peraga dan biaya mengikuti pelatihan memberi dampak pada prestasi mahasiswa (H. Akther, 2015).

Status kesehatan seorang mahasiswa juga dapat memberikan dampak terhadap prestasi akademik. Mahasiswa yang mempunyai riwayat diabetes, epilepsi, asma dan penyakit serius lainnya akan mempengaruhi kehadiran saat kuliah dan rawat inap berulang. Penyakit atau injuri trauma yang secara langsung mempengaruhi kognitif juga dapat menurunkan capaian prestasi akademik (Mitchell *et al.*, 2019).

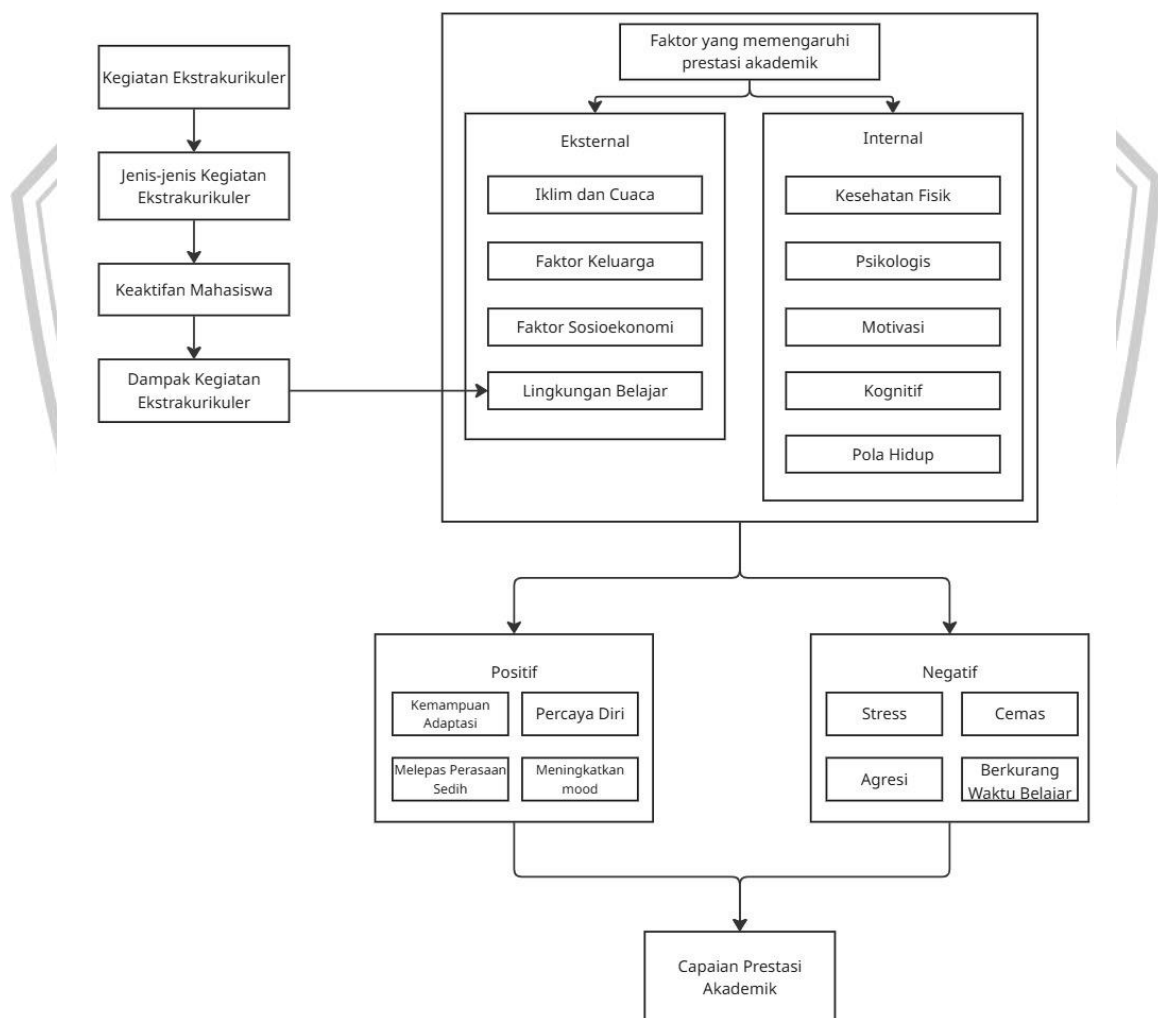
- Faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang didapat dari lingkungan sekitar, diantaranya yaitu faktor keluarga, pantauan dan perhatian orang tua dan pergaulan, fasilitas tempat belajar, suasana belajar, iklim dan cuaca serta budaya belajar. Kualitas lingkungan sekitar yang baik dapat mempengaruhi perolehan IP yang baik seorang mahasiswa (Hendikawati, 2011).

Seorang mahasiswa harus bekerja karena ikut membiayai pendidikan yang cukup mahal dapat mempengaruhi nilai IPK (Reuter & Forster, 2021). Hal ini disebabkan oleh kondisi sosial ekonomi seseorang yang didefinisikan arti sebagai finansial keluarga, kekuatan politik, latar belakang pendidikan, dan pekerjaan (Rahman *et al.*, 2023). Menurut penelitian Mirza *et al* (2001), status sosial ekonomi seseorang akan mempengaruhi performa akademik secara signifikan. Finansial orang tua mempunyai dampak pada hasil ujian seorang mahasiswa. Permasalahan

sosial ekonomi dapat diperberat dengan masalah kesehatan anggota keluarga, terdapat anggota keluarga yang meninggal dunia atau keluarga yang terpecah. Permasalahan tersebut dapat mengurangi kemampuan mahasiswa untuk belajar dan berkonsentrasi sehingga menurunkan performa akademik dan mempengaruhi capaian prestasi akademik (Rahman *et al.*, 2023).

2.3 Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

Prestasi akademik merupakan prestasi yang dicapai seseorang dalam pendidikan melalui proses pembelajaran (Trucchia *et al.*, 2013). Selain mengikuti perkuliahan, mempersiapkan ujian, mengerjakan tugas kuliah, dan belajar, mahasiswa kedokteran juga mengikuti kegiatan ekstrakurikuler (Yashinta *et al.*, 2018). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi capaian prestasi akademik diantaranya adalah faktor psikologis seperti kecemasan dan kemampuan adaptasi merupakan faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik karena adanya tekanan lingkungan dan emosional (Trucchia *et al.*, 2013). Menurut beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang mempunyai pola hidup sehat dengan mengonsumsi sayur dan buah, tidur cukup, mempunyai kebiasaan sarapan, dan olahraga rutin dapat meningkatkan IPK, sedangkan mahasiswa yang merokok, mengonsumsi alkohol dan sering begadang menunjukkan hasil yang negatif terhadap prestasi akademik (Reuter & Forster, 2021). Kondisi sosial ekonomi seseorang yang didefinisikan arti sebagai finansial keluarga, kekuatan politik, latar belakang pendidikan, dan pekerjaan (Rahman *et al.*, 2023). Menurut penelitian Mirza *et al* (2001), status sosial ekonomi seseorang akan mempengaruhi performa akademik secara signifikan. Mahasiswa yang mempunyai riwayat diabetes, epilepsi, asma dan penyakit serius lainnya seperti injuri trauma yang secara langsung mempengaruhi kognitif dapat menurunkan capaian prestasi akademik (Mitchell *et al.*, 2019).

Kegiatan ekstrakurikuler ditekankan dalam pendidikan kedokteran karena dapat mengembangkan pribadi di luar pengembangan kurikulum. Kegiatan ini dapat meningkatkan kesehatan emosional dan fisik mahasiswa kedokteran yang

kemudian dapat meningkatkan capaian prestasi akademik (Kim *et al.*, 2023). Kegiatan ekstrakurikuler masih menjadi suatu perdebatan karena tidak selalu memberikan dampak negatif, namun dapat memberikan dampak positif dan mungkin tidak mengurangi capaian prestasi akademik mahasiswa kedokteran.

